

筑梦小康
幸福北京

2021.01 / 总第65期

BEIJING 北京摄影 PHOTOGRAPHY

内部资料性出版物准印证：京内资准字1120--L0071号

编印单位：北京摄影爱好者协会

发送对象：摄影爱好者

印刷日期：2021年01月

印刷数量：10000份(内部资料 免费交流)



2021年元旦清晨，市民和游客齐聚天安门广场，共同观看新年首场隆重的升国旗仪式。上千只和平鸽飞向天空，场面壮丽，为新年带来新的希望。（张六成/摄）

挥手告别 共奔未来

新年，是世界上大多数国家都会庆祝的节日，拥有着美好的寓意。新，意味着新的开始，昭示着新的希望。如果把时间比做一只无形的手，那么它便在新旧交替的瞬间，在无尽的时空里画下了一个标记，以此结束过往，开启新的纪元。

记忆中的新年，是天南海北不同形式的欢庆，是人头攒动热闹非凡的商业圈，还有新年钟声即将敲响的倒计时。2021年的京城新年，受新冠肺炎疫情的影响，显得有些不同。临近岁末，北京再次出现了多点零星新冠肺炎确诊病例。这场始于2020年的没有硝烟的战争，历经一年的艰苦奋斗，至今仍未偃旗息鼓。

回首2020年，人类共同遭遇了新冠肺炎的侵袭。从对病毒的未知到疫苗的研发，从国家层面的管控到个人的自我防护，大到世界，小至生活，都发生了翻天覆地的变化。疫情之初的紧张气氛，奋战在抗疫一线医务工作者的伤亡，死亡人数的递增，都在我们的心灵里留下了沉重的回响。

2020年，注定是不平凡的一年。始料未及的新冠疫情，不仅打乱了社会发展运行的节奏，甚

至一度定格。这一年，大人们开启了在家办公的模式，孩子们经历了前所未有的网课，口罩成了出门必备的装备。然而，在这些显而易见的表象之下，经济发展面临的种种挑战，却最为人们所体会。

对中国而言，2020年的不平凡，还在于这一年是“十三五”规划的收官之年，以及全面建成小康社会的决战之年。这一年对中国而言，是坚守梦想的挑战，也是众志成城的真实写照。放眼全球，中国的疫情防控阻击战打得最为成功。人民至上的理念，得到了充分的展现。跨年夜，习近平总书记向全国各族人民发表的新年贺词，则对2020年中国的“不平凡”做出了全面的总结。

但，2020年已成过往。面对过往，纵使因为经历不同，每个人的感受各异。但惟一相同的，便是回不去。在过往里，我们都是时间游戏中不可逆行的玩家，在不断解锁的人生地图里一边前行，一边发现，以多样化的感观感受生命给予的一切。无论灿烂，还是缺失，都注定在时间与生命交织的舞台上一一上演。也许，这就是生命本来

的模样，没有一成不变的欢喜，也没有毫无希望的绝境。努力往前走，总是对的！

2020年对首都摄影爱好者而言，也是充满挑战的一年。镜头之下的鲜活世界，戛然而止。取代出行不便的是摄影理论知识的进一步深化，或许也创造了一个机会，那就是可以更好地品味昔日的作品。走了一段路之后，偶尔停下来，也不失是凡事皆具有两面性的另一面，可以为日后的摄影之路积攒更多的智慧和方向。但无论如何，只要你的镜头曾经涉猎美景、存有温度，那么你的心灵便不会遗忘何为美、何为贵。

2021年的新年钟声已经敲响，我们已然踏上新的旅程。即使我们尚处于疫情之中，但对未来的憧憬和期待却没有减少分毫。心有雄鹰，终可以翱翔天际。心有骏马，终可以驰骋草原。相信人类必将战胜疫情，中国必将在建设社会主义现代化强国的征程中更加强盛，北京必将在努力实现中华民族伟大复兴的中国梦的实践中再创辉煌！

回首来路，道君珍重。眺望明天，与君同行！

涅槃重生 再造辉煌

——北京摄影爱好者协会外拍活动走进丰台站改造工程

丰台站，始建于1895年，是京城最早兴建的火车站。这座曾经在首都交通体系中发挥了重要作用的火车站，在跨越了115年历史之后，于2010年6月停止了客运业务的办理。2018年8月15日，丰台站历经设计、招标等一系列工作，改造工程正式开工。改造了两年有余的丰台站进展如何？2020年11月，北京摄影爱好者协会走进丰台站，用影像记录丰台站的改造瞬间。

改造后的丰台站什么样

在首都交通事业发展的历史中，丰台站留下了浓墨重彩的一笔。随着改造工程的持续推进，丰台站将迎来新生。据规划，新丰台站采用多层复合式站房，地上四层，地下三层，局部设有夹层。车场分层高架布置，具体为高速高架层、普速地面层、候车层立体重叠布置，主要分为中央站房、西站房、东站房及普速雨棚四个功能区，地下引入北京地铁10号线和16号线。功能布局上涵盖换乘区、停车区、公共区、商业区、办公区等。

截至2020年9月，丰台站的站场规模为17台32线，途径铁路线路包括京沪铁路、京广铁路、丰沙铁路、京原铁路、丰广联络线、京港高速铁路。基于“北京铁路枢纽七大主站之一”的定位，改造后的丰台站将分流北京西站的过度聚集，带动周



日新月异的丰台站 (陆建成/摄)



文明施工 绿色相伴 (陈风柳/摄)

边区域的城市化发展，与现有车站深度融合，优化首都交通运输结构，并为雄安新区建设提供有力保障。

改造工程现场什么样

丰台站改造工程站房及相关工程，由被誉为中国铁路站房建设王牌军的中铁建工集团中标负责建设。时间回溯至2020年2月，根据市区要求，“一手抓疫情防控，一手抓复工生产”，丰台站作为北京市重点工程快速复工。

时值11月，北京寒意渐浓，工地上却是一派热闹景象。走进宽阔的工地现场，建设者们正在加紧施工，共同奏响了工地协奏曲。放眼望去，改造

工程十分雄伟，地面上各种机械轰鸣作响，塔吊耸入云间，长长的机械臂如横空出世。建设者们在各自的岗位上紧张忙碌着，有的在为钢筋上直螺纹套筒，有的在进行电气焊作业，还有的在进行钢筋帮扎、混凝土浇筑……在保证安全的情况下，影友们分散开来，各自寻找着拍摄对象。随着快门声的一次次响起，工地现场连同钢筋网上、基坑里、机械上的建设者被一一收入镜头。

北京城市发展日新月异，离不开高层设计的智慧付出，也离不开建设者们的辛勤劳作。和平年代，他们就是我们身边最可爱的人。按照规划，丰台站将于2021年年底开通运营，让我们共同期待丰台站的涅槃重生和下一个百年辉煌！



如花绽放 (耿春团/摄)



焊工 (李玲/摄)



忙碌身影 (吴强/摄)



水泥浇筑工 (吴超英/摄)



齐心协力 (路士跃/摄)



忙碌身影 (吴强/摄)



蜘蛛侠 (闫立军/摄)



繁忙工地一瞥 (张民勋/摄)



工地交响乐 (赵承顺/摄)

京城生活：解锁幸福多重模式

在努力建设成为国际一流的和谐宜居之都的进程中，首都北京飞速发展，城市建设日新月异。北京取得的发展成就，除了我们目所能及的城市变化之外，也体现在了首都市民的日常生活之中。四季更迭，光阴流转。勤于奋斗、乐享生活的首都市民，在首都摄影爱好者的镜头中组成了一幅流动的生活画卷。丰富多彩的文化生活、老有所乐的晚年时光、妙趣横生的节庆假日、充满温情的亲子互动，解锁了幸福生活的多重模式。



舞在金秋 (刘玉奎/摄)



社区里快乐的人们 (刘惠平/摄)



全民运动 (杨先灿/摄)



射门示范 (张世英/摄)



古城欢舞 (裴桐年/摄)



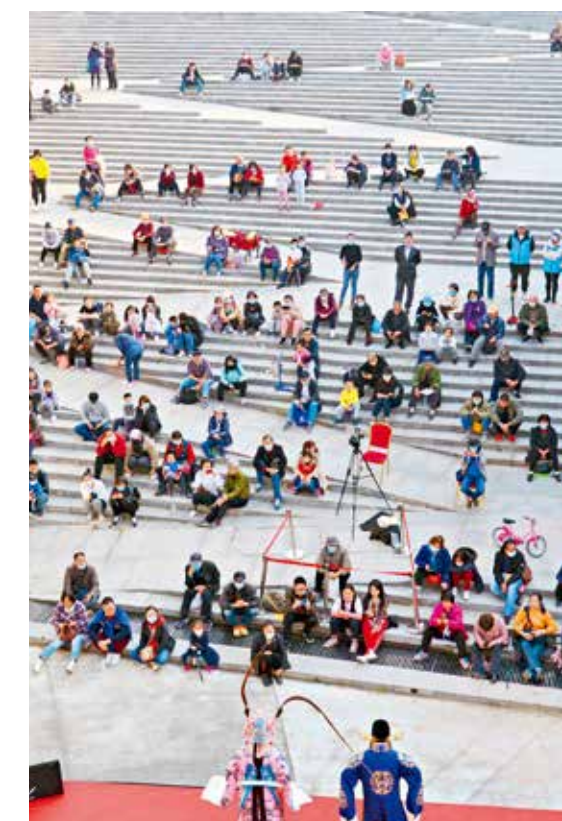
周末 (姜润良/摄)



岁月 (赵贵春/摄)



好大的棉花糖 (李小柯/摄)



看戏 (罗时东/摄)



晨练 (郭永林/摄)



秋到农家院 (徐文辉/摄)



醉心拉萨

——2019年除夕拉萨街拍纪实

文 / 摄 黄筱素

2020年，新冠肺炎疫情席卷全球，让很多旅人停下了脚步，其中也包括我。新年之际，不由回想起2019年春节期间的拉萨之行，很多画面跃然眼前。那是我人生中第一次没有回家过年，没有回到妈妈的身边。走在拉萨的街头，自己仿佛是电影里的旁白，介绍着什么，却又与内容本身无关。恰似，一个路人碰巧路过这里，便停下来看风景。

藏历新年

2019年的藏历新年和农历新年是同一天。新年前夕，走在冲赛康的集市街头，热闹非凡。街道两旁的摊位琳琅满目，四面八方的藏民纷纷前来汇聚于此，置办年货。



琳琅满目的集市街头



在镜头里看见回应的笑脸，心里泛起一股暖意



转角处，小孩子在玩扇牌，想当年，我小时候也玩过



酥油花

乍一看，这是什么呀，看起来很好吃的样子，原来是酥油花。酥油花被称为油塑艺术，是古时藏传佛教信众因冬季没有鲜花供佛而发明的替代品，包含日月星辰、花鸟走兽等寓意吉祥的图案。如今，酥油花已成为藏族民众藏历新年必备的年货之一。

海拔3652米的拉萨，冬日的阳光格外温暖。冬季去布达拉宫的人少了很多，不用预约还免票，人群中大部分都是藏族。有一家人从偏远的地方过来，在殿门口合影。后来，我帮他们拍了张全家福，并把照片传给了他们。还有一位藏族婆婆来到拉萨朝拜，坐在布达拉宫的台阶上和家人视频聊天，互相问候新年快乐。

藏历腊月二十九的夜晚被称为“古突”之夜，“古”即九，是指二十九的意思。“古突”这一天，全

家人都要聚在一起，手持火把，或到空旷的地方燃放烟花，将旧年的“邪气”“病魔”赶出家门，辞旧迎新。

傍晚时分，我站在经典的机位上，拍摄了拉萨城市的夜景。整个城市在璀璨的灯光中熠熠生辉，远处的布达拉宫遗世独立，格外威严肃穆。这里，弥漫着经殿的香雾，摇动着所有的经筒，磕长头拥抱尘埃……

虔诚信仰

朝拜，是藏族民众一生中最重要的事情。相信来到藏地的朋友不仅为藏区的风景所吸引，更为藏族的虔诚信仰所感染。作为一个无宗教信仰的人，



布达拉宫殿门口的全家福



坐在布达拉宫的台阶上，与家人互相问候新年快乐

我常常不能理解，他们是怎么做到反复跪拜，怎么做到的转山、转湖、转佛塔？

我原计划要去大昭寺，但是到了正门这边的路口，发现人群要比之前多了很多，安检的队伍排到了几十米开外。无论男女老少，他们以家庭为单位排着队，很多人都是一大清早就过来了。

在朝拜的人群中，有一个小女孩儿目光里透着坚毅，身后都是她的家人，她是家庭里朝拜最起劲儿的一位。还有来自色达佛学院的僧人、拄着拐杖步履蹒跚的老人……人们虔诚的举动，无时无刻不感染着我这个外乡客。



夜幕下的布达拉宫



拉萨夜景



祈祷



节日里，孩子们显得格外快乐



朝拜中的小女孩儿



前来朝拜的色达佛学院僧人



虔诚的信仰，感染着我这个外乡客

另一个藏族小女孩儿回答了我刚才的疑问。她是那曲地区的，在西安上大学，和她的相识是因为她问我相机应该怎样设置，我们一起拍了一个多小时。她说：“我们从小就这样，会走了，就开始朝拜，这是一件很平常的事情。同时因为习惯了，所以也不觉得累。”她回答时语气很平和，面带笑容。

如果说朝拜是为了减却今生的孽障，修得来世，我可能暂时还理解不了。但人生的百态却让我深深地感到：世事无常，变化常在，要珍惜当下。生命时光就像空中闪电，亦如急流冲下山脊，匆匆消逝，愿这一瞬流光，寄以珍惜。

站在大昭寺门前观看朝拜的人群，是信仰让人驻足。站在山坡上看布达拉宫的日落，是光影变化让人守候。在飞机上看雪山云海，是上帝视角下的几间留恋。每次旅途中，我都不忍在飞机上睡去，生怕错过了俯视大地的机会。阳光洒进云层，泛着光，耸入云端的巅峰，地球的脊梁，此刻的心情就像嘴里含了跳跳糖，指不定什么时候跳一下，带着可口的酸甜味道。

古来云海茫茫，道山绵网知何处。醉心拉萨，这一路风景。



黄冠海：摄影之路贵在坚持

文 / 摄 黄冠海

背着相机走大街、串小巷、游郊外、逛公园，拍下一个个动人的瞬间，是我业余生活中的一大乐事。在摄影的路上，因为坚持，我收获良多。小小的取景框，不仅丰富了我的审美世界，也留下了我的人生轨迹。

每个摄影人都曾徘徊

上世纪80年代初，一个偶然的机会使我对摄影产生了兴趣。看着别人拍照、成像，觉得既神秘又新奇。终于，我忍不住从亲戚那儿借来了一台海鸥120相机，花6角钱买一卷筒装120胶卷，拍下了摄影之路上的第一幅照片。

接触摄影后，为了充实自己的摄影知识，我去书店买了一本“业余摄影实用手册”，边学习、边琢磨、边实践，然后一头扎进由卫生间改成的暗房制作照片，可有时总觉得不得要领。1988年，我用省吃俭用省下的1000多元钱，买下了人生中第一台企诺牌单反相机和镜头，并参加了人大一分校摄影专业函授班的学习，开始了实际意义上的摄影创作。

一开始，抱着试一试的心理，我用自己满意的照片参加影赛，结果却都如泥牛入海，连个回音都没有。屡战屡败的我，甚至怀疑“自己真不是那块料”。可对摄影的热爱，让我义无反顾地一次次按下快门。曾几何时，发着高烧也要去拍摄一场山地车比赛，为了拍摄小公共随意占道被人追得狂奔，拍摄夜景突遇暴雨被淋成落汤鸡……一个个场景，历历在目。

如今，回想起自己的摄影历程，源于好奇，始于热爱，苦苦求索，偶尔徘徊，但终不放弃，是很多摄影人都会经历的过程。正因为这个过程，让我们学会了面对自己的不足，进而更好地学习与实践，

实现了自己的一步步成长与蜕变。

坚持总会有收获

1989年，中国摄影报举办摄影月赛，我拍摄的“凉也夏日热也夏日”获得了优秀奖。这是我第一次获奖，为此兴奋了好几天。对摄影人而言，获奖是极大的鼓舞，我也由此在摄影之路上越来越自信。

第一次获“大奖”，是参加北京晚报举办的摄影比赛。为了参赛，大年三十早晨五点多钟，我就背着相机去了景山公园。遛早跳舞的人群吸引了我，由于没带三角架，为了选择一个好的角度拍出动静结合的画面，我把相机固定在台阶上，蹲下身子，趴着取景。在等待了近半个小时之后，终于一个精彩的画面出现了，我急忙按下快门。这张取名为《诱人的舞曲》的作品，最终获得了影赛的一等奖，得到了评委和影友们的一致认可。名字上了报纸，又拿了奖，真有些让我欣喜若狂。

随着信心的不断增强，我对摄影也变得更加着迷。相机成了我形影不离的朋友，百姓生活、世间百态都成了我捕捉的对象，时时带给我创作的灵感和欲望。我的作品也开始频频亮相，如北京晚报、北京日报、中国体育报、北京青年报、中国摄影报、大众摄影、中国汽车报以及北京电视台等，都陆续刊发过我的作品。在屡屡获奖的同时，作品还被杂志社选中制成年历。

细数过往，我获得的各种摄影奖杯和证书堆满了柜子，但我始终相信：摄影之路无止境，要想在摄影上有所发展，必须保持学习的态度。所以，我除了通过阅读摄影、美学方面的书籍和观看摄影展来充实自己以外，还考取了国家人像摄影师资格证



雨后的胡同



驰骋天地间



都市早新闻

书，加入了中国摄影家协会、北京市摄影家协会，并先后被北京晚报、中国体育报、北京周刊、新华社图片总汇聘为特约摄影，这也让我觉得自己更多了一份责任感。我深信：摄影不能改变今天，却可以影响明天！



今天我值班



回家



喜雨



无言的抗争



上班高峰



光影之间



马路赛场



长龙摆尾



2020年9月4日，中国国际服务贸易交易会在北京开幕。冬奥会是不可或缺的话题，天冰造雪机现场演示受到观众青睐。（梅晔/摄）



2020年12月26日，石景山文化活动中心，一位残疾人表演者正在表演呼拉圈，她对生活的热爱感动了现场的观众。（何丽俊/摄）



延寿黑山寨的土壤呈微酸性，适合种植蘑菇。大蛇的蘑菇层层叠叠，形如珊瑚。农民朋友用勤劳的双手，换来了丰收和幸福。（郑文玲/摄）



2020年11月17日，丰台新火车站工地上，工人们正在热火朝天施工，希望把被疫情耽误的工期夺回来。（杨建国/摄）



2020年9月11日，顺义区万科城市花园老旧小区节能减排改造工程施工开工复产。（郑朝全/摄）



2020年12月5日，北京国声京剧团的戏曲表演《春色满园》在朝阳文化馆参加朝阳区“十三五”优秀文艺作品展演。武生演员一连串的跟头翻腾如行云流水，扎实的基本功、精湛的演技赢得阵阵掌声。（任兴立/摄）



2020年12月下旬，北京顺义区突发新冠肺炎疫情。为了有效控制疫情，顺义区开展了全员核酸检测，争分夺秒，昼夜不休。（姚建元/摄）



2020年3月21日，北京虽已春暖花开，但西城区护国寺东口的疫情防控志愿者毫不放松，对来往行人进行体温检测。（霍玉平/摄）



2020年7月4日，三环新城餐饮街正在等活的外卖小妹，抓紧时间用手机云课堂上学习经济法基础。（马立国/摄）



现代高科技打开了孩子们奇思妙想的世界，小姑娘被科技化身卡通人物，投射到电子屏上，随地而动，似梦非梦。（闫淼/摄）



2020年10月23日，冬奥宣讲团一行来到首都博物馆，向现场的参观者汇报北京冬奥会的筹备情况。（傅玮/摄）



2020年5月15日，中国美术馆内一名戴着口罩的小女孩儿与雕塑互相对话，仿佛在进行对话。（蒋丽田/摄）

2020 市文联社会组织文化惠民助民公益活动扶持项目之

“影像鼓干劲 传递暖人心”摄影文化公益活动圆满收官

在市文联的支持和指导下,北京摄影爱好者协会作为2020市文联社会组织文化惠民助民公益活动的承办单位之一,开展了以“影像鼓干劲 传递暖人心”为主题的摄影文化公益活动,通过影像的力量弘扬时代楷模精神,关怀基层普通群众,鼓舞首都市民爱岗敬业、热爱生活,共同努力实现中华民族伟大复兴的中国梦。

将文化惠民助民落到实处

活动自2020年7月正式启动,至11月圆满结束,共举办活动25场,共计拍摄330人,累计免费赠送装裱照片500幅。

在活动具体执行的过程中,协会严格按照市文联的要求,将文化惠民助民做到实处,足迹遍布丰台区、海淀区、通州区、朝阳区、延庆区、门头沟区、怀柔区等,把来自市文联的文化关怀送到群众身边,切实发挥文化惠民助民活动的文化价值与社会价值,活动受到了相关单位和拍摄对象的热烈欢迎及好评。

从炎夏到寒冬,协会始终坚持高标准、重质量的原则,从活动的前期策划、具体组织到分析总结,力争把每一场活动都办得富有特色。为了充分体现文化惠民助民活动的意义,协会在充分考虑时代背景和北京特色的基础上,结合自身优势资源,将活动的触角伸向了不同的群体:

聚焦时代楷模,发挥文化的引领作用。北京榜样是时代的杰出人物,劳动

模范是首都千万建设者的优秀代表,他们分布在社会不同行业 and 不同岗位,其事迹与精神塑造了一座座时代的丰碑。活动将镜头对准他们,刻画他们的影像并传播,在鼓舞他们再创佳绩的同时,通过弘扬楷模精神引领更多人攀登道德与精神的双重高峰。

关注典型群体,体现文化的关怀特性。在聚焦时代楷模的同时,活动将残疾人运动员、工程建设者、社区居民、养老院里的老人、致富村及生态文明村的村民六大群体纳入拍摄范围。通过赴现场拍摄他们的生活,使他们切身感受到了市文联对普通群众的关注和文化关怀,进而收到了良好的效果。

加大宣传力度,培育良好的社会风气。协会拥有微信公众号、网站、北京摄影报等宣传平台,对活动成果进行了全方位、多渠道的展示和宣传,使更多摄影爱好者了解了文化惠民助民,并引导他们关注社会新风尚及弱势群体,通过潜移默化的影响,培育良好的社会风气,吸引更多人加入到文化惠民助民中来。

为首都文化建设贡献力量

文化作为小康社会“五位一体”建设的重要组成部分,在弘扬社会主义核心价值观、共建和谐社会方面发挥着重要的作用。市文联文化惠民助民公益活动是北京持续建设全国文化中心的具体体现之一。“影像鼓干劲 传递暖人心”摄影文化公益活动作为整体活动的一部分,展现出了丰富的现实意义。

从宏观角度来讲,活动助力了首都文化事业的繁荣发展。摄影作为文化事业的一个分支,将其与惠民助民联系起来,使摄影的文化作用得到了进一步发挥,同时也为摄影类社会组织在发展中承担更多的社会责任指明了新的方向。就微观角度而言,每一场针对不同对象的拍摄活动,都对某一个体或群体产生了激励。在这种激励的作用下,文化惠民助民活动的现实意义,转化成了市民对梦想的勇于实践、对社会的责任担当、对幸福的拼搏奋斗、对生活的美好憧憬。如:北京市残疾人文化体育指导中心群拍活动激励残疾人运动员追求体育精神,乐观面对人生;中铁建设者群拍活动使来自全国各地的工程建设者切身感受到首都北京的文化关怀,传承工匠精神与创业精神;北京榜样陈文成拍摄活动为助力两岸青年融合发展提供了新的素材;首都劳动奖章获得者、北京市垂杨柳医院泌尿疾病中心主任谷现恩拍摄活动,鼓舞更多建设者在工作岗位上建功立业……

未来,北京摄影爱好者协会将牢记使命,勇担社会责任,借助影像文化的力量,弘扬主旋律,携首都广大摄影爱好者共同助力首都文化建设!



什么是白平衡?

白平衡(White Balance),顾名思义白色的平衡。当我们看到白色时,由于在有色光照射下,白色呈现出有色光的颜色,但我们仍认为它是白色的,那是因人眼具有独特的适应性,通常情况下不能发现色温的变化。但是相机的传感器不具有这种适应性,如果当相机的色彩调整同景物的照明色温不一致时就会发生偏色。不言而喻,白平衡就是根据实际拍摄场景的色温条件,通过相机内部芯片调整色彩输出值,使拍摄出来的影像抵消偏色。

所谓色温,从字面理解就是颜色的温度。温度分冷暖,光线的冷暖又是什么?红黄橙色我们称之为暖色,而青蓝绿我们称为冷色。色温的单位是以“K值”来表示的,是量度色温的单位。色温数值越低,越偏向红色,看起来越暖;数值越高,则越偏向蓝色,即越冷。

在数码相机中,白平衡有多种常用的预设模式:自动白平衡、日光(5200k)、阴天(6000k)、阴影(7000k)、钨丝灯(3200k)、白色荧光灯(4000k)和自定义色温K值。同一个画面在不同模式下拍摄,拍出的照片色温也不相同(如图)。

现在很多人为了省事,直接设置为“自动白平衡”,但这是有一定范围要求的。当色温偏差过大时,相机仍然不能完全校正。为了更好地方便后期

调整,建议拍摄时最好选择“RAW”格式,这样可以在相机厂商提供的软件或专业调图软件中随意调整白平衡,为后期调整提供更大的改善空间。



色温: 2500k



色温: 5500k